



Natürlich gesund mit Kneipp

Wie Sie fit und schön bleiben: über 50 Wasser-Anwendungen für Ihr Wohlbefinden

Wie neu geboren durch Wasser!

Sie möchten Ihre Gesundheit stärken? Und suchen sanfte Hilfen für Beschwerden? Dann sind die Wasser-Anwendungen von Kneipp genau das Richtige für Sie!

Ihre Kneipp-Wasserkur für zu Hause

Hier finden Sie 62 erfrischend einfache Wasser-Behandlungen. Wickel, Güsse, Waschungen, Bäder und Packungen gelingen ganz leicht auch zu Hause. Jede Anwendung wird Ihnen auf einer eigenen Seite übersichtlich vorgestellt. Viele wunderschöne Anleitungs-Fotos zeigen Ihnen genau, wie Sie es richtig machen.

Bewährte Erfolgsrezepte für Ihre Gesundheit

Die Wasserkuren von Pfarrer Sebastian Kneipp gehören zu den bekanntesten Naturheilverfahren. Sie stärken die Abwehrkräfte und beugen Krankheiten vor. Viele Beschwerden wie z.B. Erkältungen, Abgeschlagenheit, Schmerzen und Kreislaufprobleme werden wirksam und ohne Nebenwirkungen geheilt. Hier erfahren Sie, welche Anwendungen Ihnen wann am besten helfen. Nutzen Sie Kneipps belebende Erfolgsrezepte auch für einen straffen und vitalen Körper und für mehr Schwung im Alltag. Probieren Sie es doch einfach gleich aus!

Dr. med. Robert M. Bachmann und German M. Schleinkofer
192 S., 15 Fotos, 32 Abb., Euro 19,95 (D)
ISBN-10: 3-830433255, ISBN-13: 9783-830433255
TRIAS Verlag, D-70445 Stuttgart
4. Auflage, Herbst 2006